

Gambaran Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Pekerja di Warehouse PT X Tahun 2023

Ananda, Nuke Novia

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=136561&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Kelelahan merupakan salah satu bahaya yang dapat terjadi di sektor industri, terutama pergudangan karena pekerja di sektor pergudangan lebih banyak menggunakan aktivitas fisik untuk melakukan pekerjaannya sehari-hari. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menjelaskan gambaran dan menganalisis hubungan antara faktor risiko kelelahan dengan kelelahan pekerja pada pekerja di industri gudang alat berat PT.X. Faktor-faktor yang diteliti yaitu faktor risiko terkait pekerjaan (beban kerja, masa kerja, waktu istirahat, dan commuting time) dan faktor risiko tidak terkait pekerjaan (usia, kualitas tidur, kuantitas tidur, kebiasaan merokok, dan kebiasaan olahraga) dengan desain studi cross-sectional. Data kelelahan beserta faktor risikonya diperoleh dengan kuesioner data responden, Fatigue Assessment Scale (FAS), dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Hasil penelien menunjukkan sebanyak 82,8% pekerja di gudang PT.X mengalami kelelahan. Variabel beban kerja, commuting time, kuantitas tidur, dan kebiasaan olahraga memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja.</div><hr /><div style="text-align: justify;">Fatigue is one of the main hazards in the industrial sector, especially for warehousing workers, because they use more physical activity to carry out their daily work. This study aims to describe and analyze the relationship between fatigue risk factors and worker fatigue in workers in the heavy equipment warehouse industry PT. X. The risk factors studied were work-related risk factors (workload, length of work, rest periods, and commuting time) and non-work-related risk factors (age, sleep quality, sleep quantity, smoking habits, and exercise habits) with a cross-sectional study design. Fatigue data and its risk factors were obtained using individual respondent data questionnaires, the FAS Fatigue Assessment Scale (FAS), and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The study results showed that 82.8% of workers in the PT.X warehouse experienced fatigue. The risk factor of workload, commuting time, sleep quantity, and exercise habits significantly correlate with work fatigue.</div>